Bedienerführung 3257

CASIO

Über diese Anleitung



- Abhängig vom Modell der Uhr erfolgt die Anzeige im Display entweder mit dunklen Zeichen auf hellem Grund oder hellen Zeichen auf dunklem Grund. Die Display-Illustrationen in dieser Bedienungsanleitung zeigen dunkle Zeichen auf hellem Grund.
- Die Knopfbetätigungen sind durch die in der Abbildung gezeigten Buchstaben angegeben.
- Jeder Abschnitt dieser Anleitung enthält die Informationen, die Sie für die Ausführung der Operationen in jedem Modus benötigen. Weitere Einzelheiten und technische Informationen finden Sie in dem Abschnitt „Referenz".

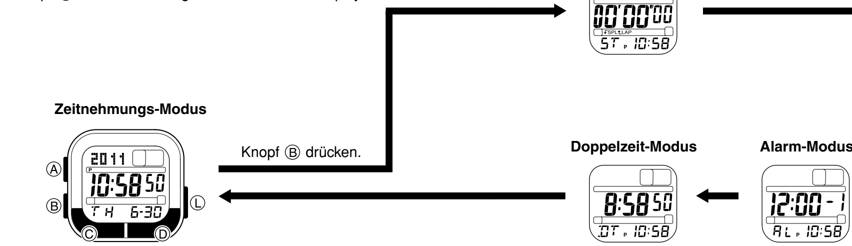
Inhalt

Liste der Bedienungsvorgänge

Die folgende Referenzliste führt alle in dieser Anleitung enthaltenen Bedienungsvorgänge auf.

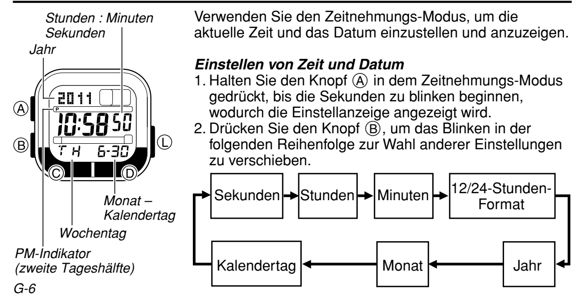
Allgemeine Anleitung

- Drücken Sie den Knopf Ⓑ, um von Modus auf Modus umzuschalten.
- Drücken Sie den Knopf Ⓛ in einem beliebigen Modus, um das Display zu beleuchten.



Zeitnehmung

Verwenden Sie den Zeitnehmungs-Modus, um die aktuelle Zeit und das Datum einzustellen und anzuzeigen.



Einstellen von Zeit und Datum

1. Halten Sie den Knopf Ⓐ in dem Zeitnehmungs-Modus gedrückt, bis die Sekunden zu blinken beginnen, wodurch die Einstellanzeige angezeigt wird.
2. Drücken Sie den Knopf Ⓑ, um das Blinken in der folgenden Reihenfolge zur Wahl anderer Einstellungen zu verschieben.

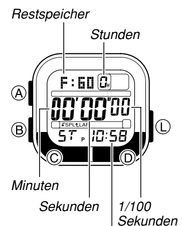
3. Sobald die von Ihnen gewünschte Einstellung blinkt, verwenden Sie die Knöpfe Ⓓ und Ⓒ, um diese gemäß nachfolgender Beschreibung zu ändern.

Einstellung	Anzeige	Knopfbetätigung
Sekunden	10:58 50	Drücken Sie den Knopf Ⓓ, um die Sekunden auf 00 zurückzustellen.
Stunden, Minuten		Verwenden Sie die Knöpfe Ⓓ (+) und Ⓒ (–), um die Einstellung zu ändern.
12/24-Stunden-Format	12 H	Drücken Sie den Knopf Ⓓ, um zwischen der 12-Stunden- (12 H) und 24-Stunden-Zeitnehmung (24 H) umzuschalten.
Jahr, Monat, Kalendertag	11 6-30	Verwenden Sie die Knöpfe Ⓓ (+) und Ⓒ (–), um die Einstellung zu ändern.

4. Drücken Sie den Knopf Ⓐ, um die Einstellanzeige zu verlassen.

- Das von Ihnen in dem Zeitnehmungs-Modus gewählte 12-Stunden/24-Stunden-Zeitnehmungsformat wird in allen Modi verwendet.
- Der Wochentag wird automatisch in Abhängigkeit von den Datumseinstellungen (Jahr, Monat und Kalendertag) angezeigt.

Stoppuhr



Die Stoppuhr mit einer Messgenauigkeit von 1/100 Sekunde kann die abgelaufene Zeit sowie Runden/Zwischenzeiten messen. Die Stoppuhr verwendet die von Ihnen eingegebenen grundlegenden Daten und ein Schrittgebersignal, um die beim Joggen oder Laufen zurückgelegte Strecke zu berechnen. Die Stoppuhrzeiten und die von Ihnen zurückgelegte Strecke werden ebenfalls im Speicher abgespeichert.

- Die Stoppuhr-Messoperation wird auch fortgesetzt, wenn Sie den Stoppuhr-Modus verlassen.
- Falls Sie den Stoppuhr-Modus verlassen, während eine Runden/Zwischenzeit am Display eingefroren ist, wird die Runden/Zwischenzeit gelöscht und an die Messung der abgelaufenen Zeit zurückgekehrt.
- Die Stoppuhrmessungen werden in dem Stoppuhr-Modus ausgeführt, den Sie durch Drücken des Knopfes Ⓑ aufrufen können (Seite G-5).

Wie die Stoppuhr arbeitet

Sie können die Stoppuhr auf zwei Arten verwenden: Zum Messen der abgelaufenen Zeit und der Runden/Zwischenzeiten wie mit einer normalen Stoppuhr (siehe „Messen von Zeiten mit der Stoppuhr“ (Seite G-11)) und zum Messen der beim Joggen oder Laufen zurückgelegten Strecke. Um die Stoppuhr für das Messen der zurückgelegten Strecke zu verwenden, müssen Sie zuerst die folgenden Schritte ausführen.

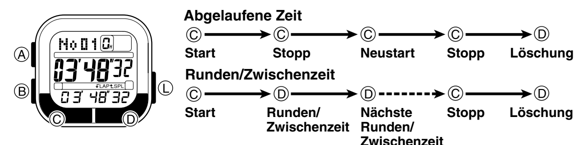
1. Stellen Sie Ihre grundlegenden Daten ein. Siehe „Grundlegende Daten“ auf Seite G-14.
2. Schalten Sie das Schrittgebersignal ein. Siehe „Ein- oder Ausschalten des Schrittgebersignals“ auf Seite G-20.

Hinweise

- Um eine genau berechnete Strecke zu erhalten, müssen Sie die genauen grundlegenden Daten einstellen und in dem Tempo laufen, das von dem von der Armbanduhr ausgegebenen Schrittgebersignal angegeben wird.
- Für Informationen über den Typ von Daten, welche die Armbanduhr bei Verwendung der Stoppuhr in ihrem Speicher abspeichert, siehe Seite G-47.
- Verwenden Sie den Aufrufmodus (Seite G-21), um die im Speicher abgespeicherten Daten anzuzeigen.

- Sie können die Daten über die zurückgelegte Strecke nur anzeigen, indem Sie diese in dem Aufrufmodus aufrufen. Sie erscheinen nicht auf der Anzeige des Stoppuhr-Modus.

Messen von Zeiten mit der Stoppuhr

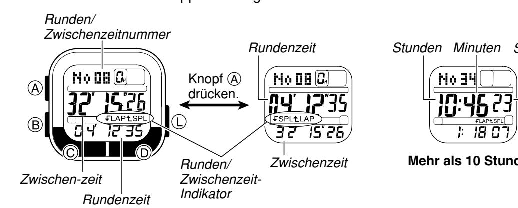


Hinweise

- Falls Sie den Knopf Ⓓ drücken, um eine Runden/Zwischenzeit-Messoperation auszuführen, wird die Runden/Zwischenzeit zu diesem Zeitpunkt für etwa acht Sekunden am Display eingefroren. Danach kehrt das Display auf die normale Stoppuhr-Zeitmessung zurück.
- Während der Stoppuhr-Zeitmessoperation zeigt der obere Teil des Displays die Stundenstellen und die aktuelle Runden/Zwischenzeitnummer an, wogegen der mittlere Teil die aktuelle Zwischenzeit und der untere Teil die aktuelle Rundenzeit anzeigen.
- Wenn das Schrittgebersignal eingeschaltet ist, ertönt es für die ersten 30 Sekunden, nachdem Sie die Stoppuhr-Messoperation starten. Danach ertönt das Schrittgebersignal jeweils für 30 Sekunden, wenn Sie den Knopf Ⓐ drücken.
- Falls das Schrittgebersignal nicht ertönt, obwohl Sie dieses eingeschaltet haben, drücken Sie den Knopf Ⓐ, um die Positionen der Rundenzeit und der Zwischenzeit am Display zu ändern. Dadurch sollte das Schrittgebersignal wieder ertönen.

Wahl des Stoppuhr-Anzeigeformats

Nachfolgend ist dargestellt, wie Sie die Positionen der Rundenzeit und der Zwischenzeit auf der Stoppuhranzeige steuern können.



- Der Runden/Zwischenzeit-Indikator verwendet Pfeile, um die Position der Rundenzeit und der Zwischenzeit (abgelaufenen Zeit) anzuzeigen.

- Wenn Sie zuerst die Stoppuhr-Messoperation durch Drücken des Knopfes Ⓒ starten, zeigen sowohl der mittlere Teil als auch der untere Teil des Displays Minuten, Sekunden und 1/100 Sekunden an. Sobald jedoch die im unteren Teil angezeigte Zeit größer als 60 Minuten ist, wechselt das Anzeigeformat auf Stunden, Minuten und Sekunden. Wenn die im mittleren Teil des Displays angezeigte Zeit größer als 10 Stunden ist, wechselt das Anzeigeformat auf Stunden, Minuten und Sekunden.

Grundlegende Daten

Der Ausdruck „Grundlegende Daten“ bezieht sich auf die Schrittgebereinstellung und auf Informationen über Ihre Schrittlänge.

Wichtig!

- Sie können die Einstellung der grundlegenden Daten nicht ändern, während eine Messoperation im Stoppuhr-Modus ausgeführt wird. Die Stoppuhroperation muss gestoppt sein, und die Stoppuhranzeige muss nur auf Nullen gelöscht sein, bevor Sie die Einstellungen der grundlegenden Daten ändern können.
- Wann immer Sie die Schrittlängeneinheit ändern möchten, müssen Sie zuerst die Anzeige der kumulativen Gesamtstrecke auf Null zurückstellen. Für Informationen über diesen Vorgang siehe Seite G-25.

- Aktualisieren Sie unbedingt die grundlegenden Daten, wenn eine andere Person die Armbanduhr verwendet.

Schrittgebersignal

Das Schrittgebersignal dieser Armbanduhr gibt ein akustisches Signal gemäß einem von Ihnen eingestellten Schrittgeberwert (Rate) aus. Sie können das Schrittgebersignal verwenden, um beim Joggen oder Laufen ein konstantes Tempo einzuhalten. Sie können das Schrittgebersignal auch ausschalten, wenn Sie dieses nicht verwenden möchten.

- Der von Ihnen eingegebene Schrittgeberwert spezifiziert die Anzahl der akustischen Signale pro Minute.
- Durch das Einschalten des Schrittgebersignals gibt die Armbanduhr mit der durch den Schrittgeberwert spezifizierten Rate die akustischen Signale aus.
- Sie können den Schrittgeberwert in dem Bereich von 100 bis 200 akustischen Signalen pro Minute einstellen, und zwar in Einheiten von jeweils 5.
- Sie können die Schrittgeberfunktion deaktivieren, indem Sie einen Schrittgeberwert von - - - eingeben. Während der Schrittgeberwert auf - - - eingestellt ist, berechnet die Armbanduhr nicht die zurückgelegte Strecke.

Schrittlänge

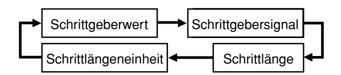
Sie können entweder Zentimeter (cm) oder Zoll (in) als die Schrittlängeneinheit spezifizieren. Die von Ihnen für die Schrittlänge spezifizierte Einheit bestimmt auch die Maßeinheit, die für den Streckenwert in dem Stoppuhr-Modus und Aufrufmodus verwendet wird, wie es nachfolgend dargestellt ist.

Schrittlängeneinheit	Einstellbereich	Einstellinkrement	Streckeneinheit
Zentimeter (cm)	40 bis 190 cm	5 cm	Kilometer (**km**)
Zoll (in)	16 bis 76 Zoll	2 Zoll	Meilen (**mi**)

- Die folgenden Beispiele zeigen, wie Sie die Werte für diese Einstellungen berechnen können.
  Erforderlich sind 239 Schritte für eine 300-Meter-Laufbahn
  300 (Meter) ÷ 239 (Schritte) = 1,255 (ca. 125 cm)
  Erforderlich sind 239 Schritte für eine 330-Yard-Laufbahn
  330 (Yards) ÷ 239 (Schritte) × 36 = 49,70 (ca. 50 Zoll)

Konfigurieren Ihrer grundlegenden Daten

1. Während die Anzeige im Stoppuhr-Modus nur Nullen anzeigt (0. 00'00"00), halten Sie den Knopf Ⓐ gedrückt, bis der Schrittgeberwert blinkend am Display erscheint. Dadurch wird die Einstellanzeige angezeigt.
2. Drücken Sie den Knopf Ⓑ, um das Blinken in der folgenden Sequenz für die Wahl anderer Einstellungen zu verschieben.



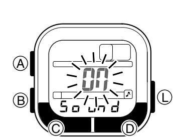
3. Wenn die Einstellung blinkt, die Sie ändern möchten, verwenden Sie die Knöpfe Ⓓ und Ⓒ gemäß nachfolgender Beschreibung, um die Einstellung zu ändern.

Einstellung	Anzeige	Knopfbetätigungen
Schrittgeberwert	120 PACE	Verwenden Sie die Knöpfe Ⓓ (+) und Ⓒ (–), um die Einstellung zu ändern. • Falls Sie - - - wählen, wird das Schrittgebersignal deaktiviert.
Schrittgebersignal	On Sound	Drücken Sie den Knopf Ⓓ, um das Schrittgebersignal ein- (On) oder auszuschalten (OFF).
Schrittlänge	cm 40	Verwenden Sie die Knöpfe Ⓓ (+) und Ⓒ (–), um die Einstellung zu ändern.
Schrittlängeneinheit		Drücken Sie den Knopf Ⓓ, um zwischen Zentimeter (cm) und Zoll (in) umzuschalten.

- Wenn das Schrittgebersignal eingeschaltet ist, ertönt das Schrittgebersignal in Abhängigkeit von dem Schrittgeberwert, während die Schrittgebersignal- oder Schrittgeberwert-Einstellanzeige am Display angezeigt wird.

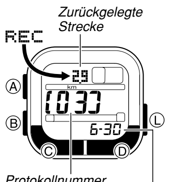
4. Drücken Sie den Knopf Ⓐ, um die Einstellanzeige zu verlassen.
- Falls die Schrittlängeneinheit nicht ändert, stellen Sie die kumulative Gesamtstrecke nur auf Nullen zurück (Seite G-25).

Ein- oder Ausschalten des Schrittgebersignals



1. Während die Anzeige des Stoppuhr-Modus nur Nullen anzeigt (0. 00'00"00), halten Sie den Knopf Ⓐ gedrückt, bis der Schrittgeberwert blinkend am Display erscheint. Dadurch wird die Einstellanzeige angezeigt.
2. Drücken Sie den Knopf Ⓑ einmal, um die Schrittgebersignal-Einstellanzeige zu erhalten.
3. Drücken Sie den Knopf Ⓓ, um das Schrittgebersignal ein- (On) oder auszuschalten (OFF).
   - Ein Schrittgebersignal-Ein-Indikator (♪) erscheint, wenn diese Einstellung eingeschaltet ist.
4. Drücken Sie den Knopf Ⓐ, um die Einstellanzeige zu verlassen.

Aufrufmodus

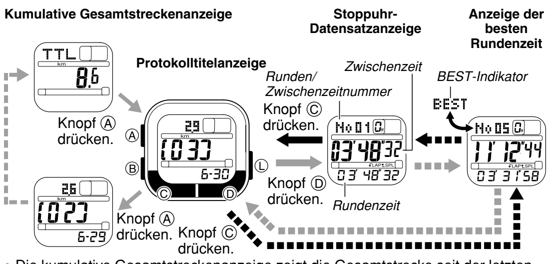


Protokolltitelanzeige

Verwenden Sie den Aufrufmodus, um im Stoppuhr-Modus abgespeicherte Datensätze aufzurufen oder zu löschen.
- Die Stoppuhr-Datensätze werden in „Protokollen“ abgespeichert, die von der Armbanduhr automatisch angelegt werden. Für weitere Informationen siehe „Speicherverwaltung“ auf Seite G-44.
- Die Titelanzeige des neuesten Protokolls erscheint zuerst, wenn Sie den Aufrufmodus aufrufen.
- Die Protokollnummern werden automatisch in der logischen Reihenfolge zugeordnet, wobei mit 01 begonnen wird.
- Alle Operationen in diesem Abschnitt werden in dem Aufrufmodus ausgeführt, den Sie durch Drücken des Knopfes Ⓑ aufrufen können (Seite G-5).

Aufrufen von Stoppuhr-Datensätzen

Verwenden Sie den Knopf Ⓐ in dem Aufrufmodus, um durch die Protokolltitelanzeigen zu scrollen, wobei mit dem neuesten Protokoll begonnen wird, wie es nachfolgend dargestellt ist. Wenn die Titelanzeige des gewünschten Protokolls angezeigt wird, verwenden Sie die Knöpfe Ⓓ und Ⓒ, um durch die in dem Protokoll enthaltenen Datensätze zu scrollen.



- Die kumulative Gesamtstreckenanzeige zeigt die Gesamtstrecke seit der letzten Rückstellung der kumulativen Gesamtstrecke an (Seite G-25).

- Die Positionen der Rundenzeit und Zwischenzeit (mittlerer oder unterer Teil des Displays) in der Stoppuhr-Datensatzanzeige werden von dem Anzeigeformat bestimmt, das Sie zuletzt in dem Stoppuhr-Modus gewählt hatten (Seite G-13).
- Der BEST-Indikator identifiziert den Datensatz, der die beste Rundenzeit in dem Protokoll enthält.
- Falls ein Datensatz mit der besten Rundenzeit automatisch gelöscht wird, wenn das Protokoll voll wird, wird der BEST-Indikator nicht an den Datensatz mit der nächst besten Rundenzeit übertragen. Für weitere Informationen über das automatische Löschen von Datensätzen siehe „Speicherverwaltung“ auf Seite G-44.
- Die in der Streckenberechnung verwendete Maßeinheit hängt von der Einheit ab, die Sie für Ihre Schrittlänge gewählt hatten, wie es nachfolgend dargestellt ist. Für weitere Informationen siehe „Konfigurieren Ihrer grundlegenden Daten“ auf Seite G-17.

Gewählte Schrittlängeneinheit	Streckeneinheit
cm (Zentimeter)	**km** (Kilometer)
in (Zoll)	**mi** (Meilen)

Löschen eines Protokolls

1. Zeigen Sie in dem Aufrufmodus die Titelanzeige des Protokolls an, das Sie löschen möchten.
   - Für Informationen darüber, was passiert, wenn Sie hier die kumulative Gesamtstreckenanzeige wählen, siehe den nachfolgenden Abschnitt „Rückstellen der kumulativen Gesamtstreckenanzeige“.
2. Halten Sie die Knöpfe Ⓒ und Ⓓ gedrückt, bis die Armbanduhr ein akustisches Signal ausgibt und CLR am Display das Blinken einstellt.

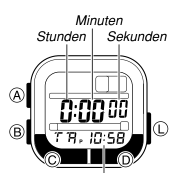
- Dadurch werden das Protokoll und alle darin enthaltenen Datensätze gelöscht. Durch das Löschen eines Protokolls wird der kumulative Gesamtstreckenwert nicht geändert.

Rückstellen der kumulativen Gesamtstreckenanzeige

1. Zeigen Sie in dem Aufrufmodus die kumulative Gesamtstreckenanzeige an.
2. Halten Sie die Knöpfe Ⓒ und Ⓓ gedrückt, bis die Armbanduhr ein akustisches Signal ausgibt und CLR das Blinken am Display einstellt.

- Dadurch wird die kumulative Gesamtstrecke auf Null zurückgestellt, ohne irgendwelche Protokolle oder Datensätze zu löschen. Eine neue kumulative Gesamtstrecke wird mit der nächsten von Ihnen ausgeführten Stoppuhroperation gestartet.

Countdown-Timer



Zeit im Zeitnehmungs-Modus

Sie können den Countdown-Timer in einem Bereich von 1 Minute bis zu 100 Stunden einstellen. Ein Alarm ertönt, wenn der Countdown Null erreicht.
- Sie können auch die automatische Wiederholung wählen, wodurch der Countdown automatisch ab dem von Ihnen eingestellten Startwert wiederholt wird, wenn er Null erreicht.
- Die Countdown-Timer-Funktionen stehen in dem Countdown-Timer-Modus zur Verfügung, den Sie durch Drücken des Knopfes Ⓑ aufrufen können (Seite G-5).

Einstellen der Countdown-Startzeit

1. Halten Sie den Knopf Ⓐ in dem Countdown-Timer-Modus gedrückt, bis die Stundeneinstellung der Countdown-Startzeit zu blinken beginnt, wodurch die Einstellanzeige angezeigt wird.

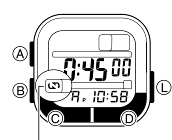
   - Falls die Countdown-Startzeit nicht angezeigt wird, verwenden Sie den unter „Verwenden des Countdown-Timers“ beschriebenen Vorgang, um diese anzuzeigen.
2. Drücken Sie den Knopf Ⓑ, um das Blinken zwischen der Stunden- und Minuteneinstellung zu verschieben.
3. Verwenden Sie die Knöpfe Ⓓ (+) und Ⓒ (–), um die blinkende Einstellung zu ändern.
   - Um den Startwert der Countdown-Zeit auf 100 Stunden einzustellen, stellen Sie 0:00 ein.
4. Drücken Sie den Knopf Ⓐ, um die Einstellanzeige zu verlassen.

Verwenden des Countdown-Timers

Drücken Sie den Knopf Ⓒ in dem Countdown-Timer-Modus, um den Countdown-Timer zu starten.
- Falls das Ende des Countdowns bei ausgeschalteter automatischer Wiederholung erreicht wird, ertönt der Alarm für 10 Sekunden, oder bis Sie ihn durch Drücken eines beliebigen Knopfes stoppen. Die Countdown-Zeit wird automatisch auf den Startwert zurückgestellt, nachdem der Alarm stoppt.

- Drücken Sie den Knopf Ⓒ während der Countdown-Operation, um diese auf Pause zu schalten. Drücken Sie erneut den Knopf Ⓒ, um mit dem Countdown fortzusetzen.
- Um die Countdown-Operation vollständig zu stoppen, schalten Sie diese zuerst auf Pause (durch Drücken des Knopfes Ⓒ), und drücken Sie danach den Knopf Ⓓ. Dadurch wird die Countdown-Zeit auf ihren Startwert zurückgestellt.

Ein- oder Ausschalten der automatischen Wiederholung

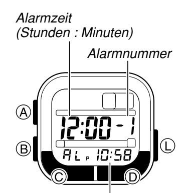

Ein-Indikator für automatische Wiederholung

Während die Countdown-Startzeit auf der Anzeige des Countdown-Timer-Modus angezeigt wird, halten Sie den Knopf Ⓓ für etwa zwei Sekunden gedrückt, um die automatische Wiederholung ein- (↻ wird angezeigt) oder auszuschalten (↻ wird nicht angezeigt).
- Wenn die automatische Wiederholung eingeschaltet ist, ertönt der Alarm und der Countdown beginnt erneut, sobald der Countdown Null erreicht. Sie können den Countdown stoppen, indem Sie den Knopf Ⓒ drücken, und danach die Countdown-Startzeit durch Drücken des Knopfes Ⓓ manuell zurückstellen.
- Der Countdown durch die automatische Wiederholung wird bis zu sieben Mal wiederholt.

Alarme

Alarmzeit (Stunden : Minuten)

Alarmnummer

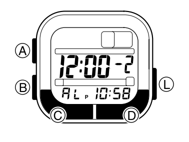


Zeit im Zeitnehmungs-Modus

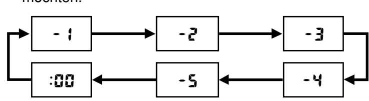
Sie können fünf unabhängige tägliche Alarme einstellen. Wenn ein Alarm eingeschaltet ist, ertönt der Alarm, sobald die eingestellte Alarmzeit erreicht wird. Einer der Alarme kann als Schlummeralarm oder als einmaliger Alarm konfiguriert werden, wogegen die anderen vier Alarme jeweils einmalige Alarme sind.
Sie können auch das stündliche Zeitsignal einschalten, wodurch die Armbanduhr zu jeder vollen Stunde einen zweimaligen Piepton ausgibt.

- Es gibt fünf Alarmanzeigen mit den Nummern 1 bis 5. Die Anzeige des stündlichen Zeitsignals wird durch :00 angezeigt.
- Alle Operationen in diesem Abschnitt werden in dem Alarm-Modus ausgeführt, den Sie durch Drücken des Knopfes Ⓑ aufrufen können (Seite G-5).

Einstellen einer Alarmzeit



1. Verwenden Sie den Knopf Ⓓ in dem Alarm-Modus, um durch die Alarmanzeigen zu scrollen, bis die Alarmanzeige angezeigt wird, die Sie einstellen möchten.



- Sie können den Alarm 1 als Schlummeralarm oder als einmaligen Alarm konfigurieren. Die Alarme 2 bis 5 können nur als einmalige Alarme verwendet werden.
- Der Schlummeralarm wird alle fünf Minuten wiederholt.

2. Nachdem Sie einen Alarm gewählt haben, halten Sie den Knopf Ⓐ gedrückt, bis die Stundeneinstellung der Alarmzeit zu blinken beginnt. Dadurch wird die Einstellanzeige angezeigt.

3. Drücken Sie den Knopf Ⓑ, um das Blinken zwischen der Stunden- und Minuteneinstellung zu verschieben.
4. Während eine Einstellung blinkt, verwenden Sie den Knopf Ⓓ (+) und den Knopf Ⓒ (–), um diese zu ändern.
   - Falls Sie eine Alarmzeit unter Verwendung des 12-Stunden-Formats einstellen, achten Sie auf richtige Einstellung für die erste (kein Indikator) oder zweite (**P**-Indikator) Tageshälfte.
5. Drücken Sie den Knopf Ⓐ, um die Einstellanzeige zu verlassen.

Alarmbetrieb

Der Alarm ertönt zur voreingestellten Zeit für etwa 10 Sekunden. Im Falle des Schlummeralarms wird die Alarmoperation insgesamt sieben Mal alle fünf Minuten ausgeführt, bis Sie den Alarm ausschalten oder auf einen einmaligen Alarm ändern (Seite G-34).

Hinweise

- Drücken Sie einen beliebigen Knopf, um den ertönenden Alarm zu stoppen.
- Falls Sie eine der folgenden Operationen während eines 5-Minuten-Intervalls zwischen den Schlummeralarmen ausführen, wird der gegenwärtige Betrieb des Schlummeralarms freigegeben.
  Anzeigen der Einstellanzeige des Zeitnehmungs-Modus (Seite G-6)
  Anzeigen der Einstellanzeige für Alarm 1 (Seite G-31)

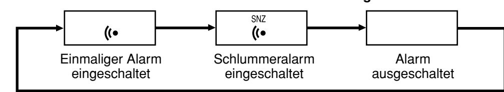
Testen des Alarms

Halten Sie den Knopf Ⓓ in dem Alarm-Modus gedrückt, um den Alarm ertönen zu lassen.

Wählen des Betriebs von Alarm 1

1. Verwenden Sie den Knopf Ⓓ in dem Alarm-Modus, um den Alarm 1 zu wählen.
2. Drücken Sie den Knopf Ⓒ, um in der folgenden Reihenfolge zyklisch durch die verfügbaren Einstellungen zu schalten.

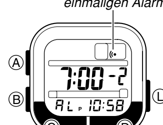
SNZ-Indikator und Ein-Indikator für einmaligen Alarm



- Der zutreffende Alarm-Ein-Indikator wird in allen Modi angezeigt, wenn ein Alarm eingeschaltet ist.
- Der **SNZ**-Indikator blinkt während der 5-Minuten-Intervalle zwischen den Alarmen.
- Falls Sie die Einstellanzeige für Alarm 1 anzeigen (Seite G-31), während der Schlummeralarm eingeschaltet ist, wird der Schlummeralarm automatisch ausgeschaltet (wodurch Alarm 1 zu einem einmaligen Alarm wird).

Ein- oder Ausschalten der Alarme 2 bis 5

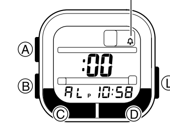
Ein-Indikator für einmaligen Alarm



1. Verwenden Sie den Knopf Ⓓ in dem Alarm-Modus, um einen einmaligen Alarm (Alarmnummer 2 bis 5) zu wählen.
2. Drücken Sie den Knopf Ⓒ, um den angezeigten Alarm ein- oder auszuschalten.
   - Falls Sie einen einmaligen Alarm (2 bis 5) einschalten, wird der Ein-Indikator für den einmaligen Alarm ((•) auf seiner Anzeige angezeigt.
   - Der Ein-Indikator für den einmaligen Alarm wird in allen Modi angezeigt.
   - Falls ein beliebiger Alarm eingeschaltet ist, wird der Alarm-Ein-Indikator in allen Modi am Display angezeigt.

Ein- oder Ausschalten des stündlichen Zeitsignals

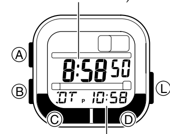
Ein-Indikator für stündliches Zeitsignal



1. Verwenden Sie den Knopf Ⓓ in dem Alarm-Modus, um das stündliche Zeitsignal zu wählen.
2. Drücken Sie den Knopf Ⓒ, um den angezeigten Posten ein- oder auszuschalten.
   - Falls Sie das stündliche Zeitsignal einschalten, wird der Ein-Indikator für das stündliche Zeitsignal (🔔) auf seiner Anzeige angezeigt.
   - Der Ein-Indikator für das stündliche Zeitsignal wird in allen Modi angezeigt.

Doppelzeit

Doppelzeit (Stunden : Minuten Sekunden)



Zeit im Zeitnehmungs-Modus

Der Doppelzeit-Modus lässt Sie die Zeit in einer anderen Zeitzone anzeigen.

- Die Sekundenzählung der Doppelzeit ist mit der Sekundenzählung des Zeitnehmungs-Modus synchronisiert.

Einstellen der Doppelzeit

1. Drücken Sie den Knopf Ⓑ, um den Doppelzeit-Modus aufzurufen (Seite G-5).
2. Verwenden Sie die Knöpfe Ⓐ, Ⓒ und Ⓓ, um die Zeit im Doppelzeit-Modus einzustellen.
   - Mit jedem Drücken des Knopfes Ⓓ (+) und Ⓒ (–) wird die Zeiteinstellung in 30-Minuten-Inkrementen geändert.
   - Drücken Sie den Knopf Ⓐ, um den Doppelzeit-Modus auf die gleiche Zeit wie den Zeitnehmungs-Modus einzustellen.

Hintergrundleuchte

Ein-Indikator für automatischen Beleuchtungsschalter

Die Hintergrundleuchte verwendet eine LED (lichtemittierende Diode) und ein Lichtleitpanel, die für eine Beleuchtung des gesamten Displays sorgen, sodass dieses auch im Dunkeln abgelesen werden kann. Der automatische Beleuchtungsschalter der Armbanduhr schaltet die Hintergrundleuchte automatisch ein, wenn Sie die Armbanduhr unter einem bestimmten Winkel gegen Ihr Gesicht gerichtet halten.

- Der automatische Beleuchtungsschalter muss eingeschaltet sein (angezeigt durch den Ein-Indikator für den automatischen Beleuchtungsschalter), damit er arbeiten kann.
- Für andere wichtige Informationen über die Verwendung der Hintergrundleuchte siehe „Vorsichtsmaßregeln hinsichtlich der Hintergrundleuchte" auf Seite G-48.

Manuelles Einschalten der Hintergrundleuchte

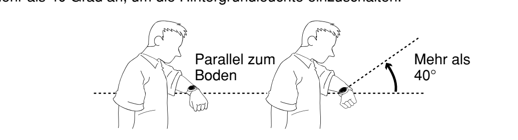
Drücken Sie den Knopf Ⓛ in einem beliebigen Modus, um das Display für etwa eine Sekunde zu beleuchten.

- Durch die obige Operation wird die Hintergrundleuchte unabhängig von der gegenwärtigen Einstellung des automatischen Beleuchtungsschalters eingeschaltet.

Über den automatischen Beleuchtungsschalter

Falls der automatische Beleuchtungsschalter eingeschaltet ist, wird die Hintergrundleuchte für etwa eine Sekunde eingeschaltet, wenn Sie Ihr Armgelenk in einem beliebigen Modus gemäß nachfolgender Beschreibung positionieren.

Halten Sie die Armbanduhr parallel zum Boden, und heben Sie diese danach um mehr als 40 Grad an, um die Hintergrundleuchte einzuschalten.



Warnung!

- **Achten Sie immer darauf, dass Sie sich an einem sicheren Ort befinden, wenn Sie das Display der Armbanduhr unter Verwendung des automatischen Beleuchtungsschalters ablesen. Seien Sie besonders vorsichtig beim Laufen oder anderen Tätigkeiten, die zu einem Unfall oder zu Verletzungen führen können.**

Achten Sie auch darauf, dass die plötzliche Beleuchtung durch den automatischen Beleuchtungsschalter andere Personen in Ihrer Nähe nicht überrascht oder ablenkt.

- **Wenn Sie die Armbanduhr tragen, achten Sie darauf, dass der automatische Beleuchtungsschalter ausgeschaltet ist, bevor Sie ein Fahrrad fahren oder ein Motorrad bzw. ein anderes Kraftfahrzeug lenken. Plötzlicher und unerwarteter Betrieb des automatischen Beleuchtungsschalters kann zu einer Ablenkung führen, sodass es zu einem Verkehrsunfall mit ernsthaften persönlichen Verletzungen kommen kann.**

Ein- oder Ausschalten des automatischen Beleuchtungsschalters

Halten Sie den Knopf Ⓓ in dem Zeitnehmungs-Modus für etwa zwei Sekunden gedrückt, um den automatischen Beleuchtungsschalter ein- (✱ wird angezeigt) oder auszuschalten (✱ wird nicht angezeigt).

- Der Ein-Indikator für den automatischen Beleuchtungsschalter (✱) wird in allen Modi am Display angezeigt, wenn der automatische Beleuchtungsschalter eingeschaltet ist.

Referenz

Dieser Abschnitt enthält detaillierte und technische Informationen über den Betrieb dieser Armbanduhr. Er enthält auch wichtige Vorsichtsmaßregeln und Hinweise über die verschiedenen Merkmale und Funktionen dieser Armbanduhr.

Automatische Rückkehrfunktion

Falls Sie eine Anzeige mit blinkenden Stellen für zwei oder drei Minuten auf dem Display belassen, ohne eine Operation auszuführen, dann speichert die Armbanduhr alle bis zu diesem Zeitpunkt getätigten Einstellungen automatisch ab und verlässt danach die Einstellanzeige.

Anfängliche Anzeigen

Wenn Sie den Alarm-Modus aufrufen, erscheinen wiederum zuerst die Daten, die Sie beim letzten Verlassen des entsprechenden Modus angezeigt hatten.

Scrollen durch Daten und Einstellungen

Sie können die Knöpfe Ⓒ und Ⓓ in den verschiedenen Modi und Einstellanzeigen verwenden, um durch die Daten auf dem Display zu scrollen. In den meisten Fällen wird schnell durch die Daten gescrollt, wenn Sie einen dieser Knöpfe während einer Scrolloperation gedrückt halten.

Zeitnehmung

- Falls Sie die Sekunden auf 00 zurückstellen, während die gegenwärtige Sekundenzählung im Bereich von 30 bis 59 liegt, dann werden die Minuten um 1 erhöht. In dem Bereich von 00 bis 29 werden die Sekunden auf 00 zurückgestellt, ohne die Minuten zu ändern.
- Bei Verwendung des 12-Stunden-Formats erscheint der **P**-Indikator (PM = zweite Tageshälfte) für Zeiten von Mittag bis 11:59 Uhr mitternachts; kein Indikator erscheint für Zeiten im Bereich von Mitternacht bis 11:59 Uhr mittags.
- Bei Verwendung des 24-Stunden-Formats werden die Zeiten im Bereich von 0:00 Uhr bis 23:59 Uhr ohne einen Indikator angezeigt.
- Sie können das Jahr im Bereich von 2000 bis 2039 einstellen.
- Der eingebaute automatische Kalender dieser Armbanduhr berücksichtigt die unterschiedliche Länge der Monate auch in Schaltjahren. Sobald Sie das Datum einmal richtig eingestellt haben, sollte kein Grund mehr für dessen Änderung vorliegen, ausgenommen nach dem Austauschen der Batterien der Armbanduhr.

Stoppuhr

- Sie können die Rundenzeitmessung verwenden, um zu messen, wie lange für einen bestimmten Abschnitt (wie zum Beispiel einer einzelnen Runde) eines Rennens benötigt wird.
- Sie können die Zwischenzeitmessung verwenden, um zu messen, wie lange vom Start bis zu einem bestimmten Punkt eines Rennens benötigt wird.

Speicherverwaltung

Mit jedem Drücken des Knopfes Ⓒ zum Starten einer neuen Messung der abgelaufenen Zeit oder der Runden/Zwischenzeit in dem Stoppuhr-Modus (Seite G-11), erstellt die Armbanduhr automatisch ein neues „Protokoll" in dem Speicher. Das Protokoll verbleibt für die Datenspeicherung geöffnet, bis Sie dieses permanent durch Drücken des Knopfes Ⓓ schließen und die Stoppuhr nur auf Nullen löschen.

- Der Speicher der Armbanduhr reicht aus, um bis zu 61 Datensätze speichern zu können. Da jede Protokolltitelseite (Seite G-23) einen Datensatz an Speicherplatz einnimmt, hängt die maximale Anzahl der zu speichernden Runden/Zwischenzeit-Datensätze davon ab, wie viele Protokolle derzeit im Speicher angelegt sind, wie es nachfolgend dargestellt ist.

Speicherkapazität	Anzahl der gegenwärtig im Speicher angelegten Protokolle	Runden/Zwischenzeit-Datensatzkapazität
61 Datensätze	1	61 Datensätze – 1 Protokolltitelanzeige = 60
	2	61 Datensätze – 2 Protokolltitelanzeigen = 59
	5	61 Datensätze – 5 Protokolltitelanzeigen = 56

- Die Armbanduhr berechnet auch die kumulative Gesamtstrecke für alle Stoppuhroperationen seit der letzten Rückstellung der kumulativen Gesamtstrecke (Seite G-25). Die kumulative Gesamtstrecke beeinflusst nicht die Speicherkapazität.
- Falls der Speicher der Armbanduhr bereits voll ist, wenn Sie eine Stoppuhr-Knopfbetätigung ausführen, die ein neues Protokoll erstellt, dann werden das älteste Protokoll im Speicher und alle darin enthaltenen Datensätze automatisch gelöscht, um Platz für ein neues Protokoll zu machen.

- Falls Sie Datensätze zu dem einzigen Protokoll im Speicher hinzufügen, und der Speicher voll wird, dann wird durch das Hinzufügen eines weiteren Datensatzes der älteste Datensatz in dem Protokoll automatisch gelöscht, um Platz für den neuen Datensatz zu machen.
- Falls Sie Datensätze zu einem Protokoll hinzufügen, wenn mehrere Protokolle im Speicher angelegt sind, und der Speicher der Armbanduhr voll wird, dann werden durch das Hinzufügen eines weiteren Datensatzes das älteste Protokoll im Speicher und alle darin enthaltenen Datensätze automatisch gelöscht, um Platz für die neuen Datensätze zu machen.

Wie die Stoppuhrdaten gespeichert werden

Die nachfolgende Tabelle beschreibt, wie die Daten gespeichert werden, wenn Sie die verschiedenen auf Seite G-11 beschriebenen Knopfbetätigungen ausführen.

Stoppuhr-Knopfbetätigung	Datenspeicheroperation
Knopf Ⓒ zum Starten (nur von Nullen)	Erstellt ein neues Protokoll: aktuelles Datum und Strecke (wird mit der Zeitnehmung aktualisiert)
Knopf Ⓒ zum Stoppen	Zeitmessung stoppt, ohne Daten im Speicher abzuspeichern.
Knopf Ⓒ zum Neustart	Zeitmessung wird neu gestartet, ohne Daten im Speicher abzuspeichern.
Knopf Ⓓ für Runden/ Zwischenzeit	Erstellt einen neuen Datensatz: zeigt Runden/ Zwischenzeiten an
Knopf Ⓓ zur Löschung	Erstellt einen neuen Datensatz: zeigt Runden/ Zwischenzeiten an (Stoppuhranzeige wird nur auf Nullen gelöscht)

Vorsichtsmaßregeln hinsichtlich der Hintergrundleuchte

- Die Beleuchtung durch die Hintergrundleuchte kann in direktem Sonnenlicht vielleicht nur schwer gesehen werden.
- Die Hintergrundleuchte wird automatisch ausgeschaltet, wenn ein Alarm ertönt.
- Häufige Verwendung der Hintergrundleuchte verkürzt die Batterielebensdauer.

Vorsichtsmaßregeln hinsichtlich des automatischen Beleuchtungsschalters

- Falls Sie die Armbanduhr an der Innenseite Ihres Handgelenks tragen bzw. Ihren Arm bewegen oder schütteln, kann der automatische Beleuchtungsschalter aktiviert werden und das Display beleuchten. Um ein Entladen der Batterie zu vermeiden, schalten Sie den automatischen Beleuchtungsschalter aus, wenn Sie Tätigkeiten ausführen, die zu einer häufigen Beleuchtung des Displays führen können.

Mehr als 15 Grad zu hoch



- Die Hintergrundleuchte kann vielleicht nicht aufleuchten, wenn Sie das Zifferblatt der Armbanduhr um mehr als 15 Grad über oder unter der Parallelen halten. Achten Sie darauf, dass die Rückseite Ihrer Hand parallel zum Boden gehalten wird.

- Die Hintergrundleuchte wird nach etwa einer Sekunde ausgeschaltet, auch wenn Sie die Armbanduhr gegen Ihr Gesicht gerichtet halten.
- Statische Elektrizität oder Magnetkraft kann den richtigen Betrieb des automatischen Beleuchtungsschalters beeinträchtigen. Falls die Hintergrundleuchte nicht leuchtet, versuchen Sie die Armbanduhr zurück in die Ausgangsstellung zu bringen (parallel zum Boden), und heben Sie diese danach wieder gegen Ihr Gesicht an. Falls dies nicht arbeitet, lassen Sie Ihren Arm an Ihrer Seite hängen, und heben Sie ihn danach wieder an.
- Unter bestimmten Bedingungen kann die Hintergrundleuchte vielleicht für eine Sekunde nach dem Anheben des Zifferblattes gegen Ihr Gesicht nicht leuchten. Dies stellt jedoch nicht unbedingt einen Fehlbetrieb der Hintergrundleuchte dar.

Technische Daten

Ganggenauigkeit bei Normaltemperatur: ±30 Sekunden pro Monat
Zeitnehmung: Stunden, Minuten, Sekunden, zweite (P) Tageshälfte, Jahr, Monat, Kalendertag, Wochentag
Zeitformat: 12-Stunden- oder 24-Stunden-Format
Kalendersystem: Vollautomatischer Kalender vorprogrammiert für die Jahre 2000 bis 2039
Stoppuhr: Zeit- und Streckenmessungen
Messeinheit: 1/100 Sekunde (unterer Teil des Displays für die ersten 60 Minuten, mittlerer Teil des Displays für die erste 10 Stunden) oder 1 Sekunde (unterer Teil des Displays nach 60 Minuten, mittlerer Teil des Displays nach 10 Stunden); 0,1 Meilen oder Kilometer
Messkapazität: 99:59'59"; 99,9 Meilen oder Kilometer; 999,9 Meilen oder Kilometer (zurückgelegte Gesamtstrecke)
Messmodi: Abgelaufene Zeit, Runden/Zwischenzeiten
Speicherkapazität: 61 Datensätze (verwendet von Runden/Zwischenzeit-Datensätzen und Protokolltitelanzeigen); zurückgelegte Gesamtstrecke

Grundlegende Dateneingabe: Schrittlänge
Sonstiges: Schrittgebersignal; Runden/Zwischenzeitnummer (von 01 bis 99); Anzeige der besten Rundenzeit
Countdown-Timer:
Messeinheit: 1 Sekunde
Eingabebereich: 1 Minute bis 100 Stunden (1-Minuten-Inkremente und 1-Stunden-Inkremente)
Sonstiges: Automatische Wiederholung
Alarme: 5 tägliche Alarme (vier einmalige Alarme; ein Schlummer-/einmaliger Alarm); stündliches Zeitsignal
Doppelzeit: Stunden, Minuten, Sekunden, zweite (P) Tageshälfte
Sonstiges: Hintergrundleuchte (lichtemittierende Diode); automatischer Beleuchtungsschalter

Batterie: Eine Lithiumbatterie (Typ: CR2025)
Ca. 10 Jahre mit Typ CR2025 (unter der Annahme von 10 Sekunden Alarmbetrieb pro Tag, einem Betrieb der Hintergrundleuchte für 1,5 Sekunden pro Tag und 30 Sekunden Stoppuhrbetrieb mit Schrittgebersignal (Schrittgeberwert: 120) pro Woche)